بسم الله الرحمن الرحيم

obeikandl.com

الإهداء

إلى أولادي...

نزار... ومازن... ومها...

أقدم لكم هذا الكتاب خلاصة لعشرات الكتب المختصة في البحث عن النباتات والأعشاب الطبية، وعن استعمالاتها، وفوائدها الطبية، سواء بتناولها مع الوجبات لغرض الوقاية والمناعة، أو الامتناع عن تناولها لعدم فائدتها، أو أضرارها. ووضعت المقاييس والأوزان للجرع التي يتناولها المريض لكل منها.

بعد أن وصلت إلى سن الشيخوخة فكرت في إهدائكم ما يفيدكم، إلى جانب ما لديكم من علوم طبية حديثة حصلتم على أعلى درجاتها من جامعات طبية مختلفة.

كان أجدادنا يعالجون مرضاهم بهذه النباتات والأعشاب رغم فقدانهم للمختبرات وأجهزة الفحص والتشخيص الحديثة.

رحمهم الله لما بذلوه من جهد في هذا الميدان.

آمل أن تقتدوا بهم لخدمة أبناء جنسكم، ودمتم للخير بحفظ الله.

الباحث

عبد الغفور علي عبد الله السنجري

كيفية استعمال هذا الكتاب

إن هذا الكتاب الذي بين يديك خلاصة لفوائد معظم النباتات والأعشاب الطبية المعروفة في الوطن العربي.

في قسمه الأول: النباتات والأعشاب الطبية، فقد صنفت في فهرست منظم حسب الحروف الأبجدية، وبجانب كل نبات أو عشب رقم الصفحة المدرج بها مواصفاته وعلاجاته.

القسم الثاني: فهو يحتوي على جميع الأمراض التي تصيب الإنسان مصنفة في فهرست منظم حسب الحروف الأبجدية.

عند البحث لإيجاد اسم المرض يكفيك فتح الفهرست الخاص بالأمراض، وستجد اسم المرض، ورقم الصفحة التي يبدأ بالعلاج.

ليس من المعقول أن تقرأ كتاباً أو كتيباً كاملاً لنعثر على اسم النبات الذي يفيد مرضاً ما؛ لأن ذلك مضيعة للوقت والجهد، ولوضعك على الموقف الصحيح، فقد درجت تحت اسم المرض كل ما قاله الأطباء الأفاضل والمتخصصون بالأعشاب من علاجات لهذا المرض.

وهناك في الفهرست أيضاً بعض المعلومات العامة التي رأيتها تفيد القارئ الكريم كثقافة عامة لا علاقة لها بالطب البديل.

الباحث

عبد الغفور علي عبد الله السنجري

ملاحظات حول استخدام هذا الكتاب

١ ـ لا يجوز إعطاء أدوية من النباتات والأعشاب إلى المرضى الذين يعالجون بالأدوية الحديثة، إلا بعد استشارة الطبيب المعالج.

٢ ـ يجب التقيد بالأوزان المذكورة في الوصفات، وإذا لم تجد، فراجع صفحة النبات أو العشب المذكور مفرداً، وفي حالة عدم وجود أوزان عندئذ تقارن بمثيلاتها.

٣ ـ الاسم العلمي مدرج إزاء اسم النبات أو العشبة باللغة اللاتينية، إضافة إلى اسمه باللغة الإنجليزية.

ملاحظة هامة:

قال د. هاني عرموش في كتابه «الأمراض الشائعة والتداوي بالأعشاب» «نؤكد على أن استعمال النباتات والأعشاب الطبية في التداوي سلاح ذو حدين، فإذا لم يستعمل النبات أو العشب الصحيح، أو لم يتم التقيد بالمقادير و(الأوزان) المحددة، فإن ذلك سيؤدي إلى عواقب قد تكون وخيمة.

ونؤكد على أن للأدوية النباتية إذا لم يحسن استعمالها تأثيرات جانبية تكون ضارة في أكثر الأحيان، لذلك يجب الحذر والانتباه، وعدم الظن بأن استعمال النباتات إذا لم ينفع لن يضر؛ لأن هذا المبدأ خاطئ من أساسه».

صور توضيحية

﴿وَإِن تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا﴾

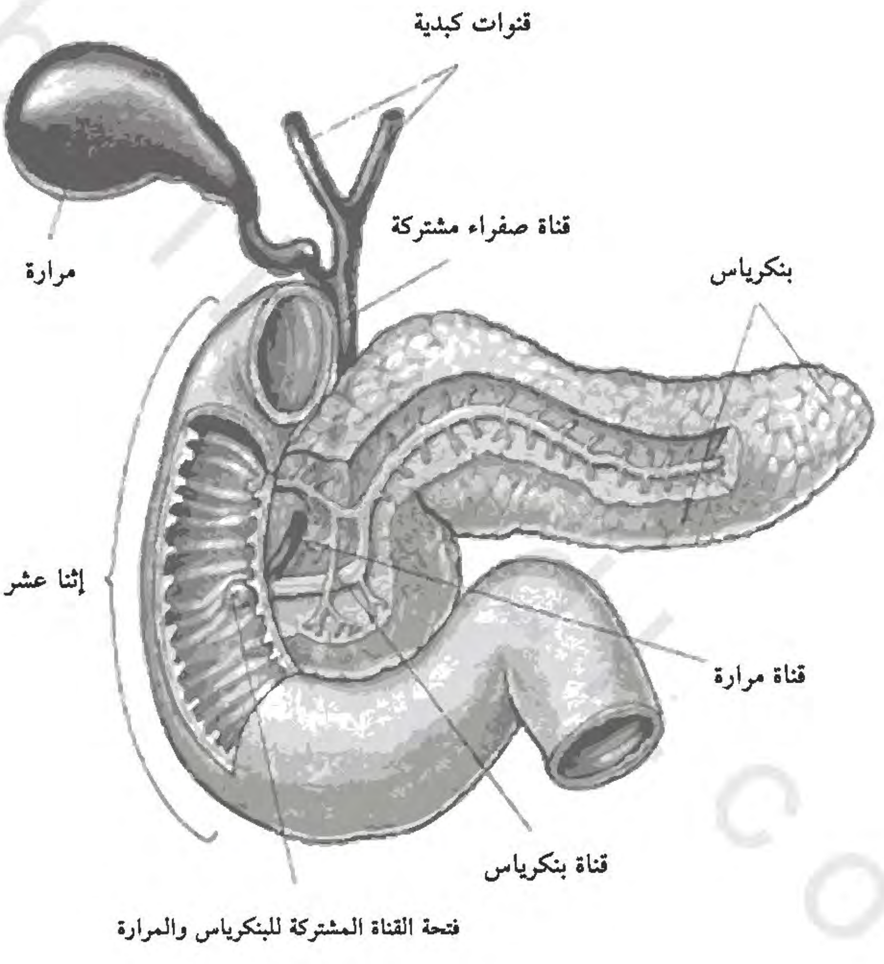
خلق الله الإنسان، فأحسن خلقه وأبدع في تنظيم أجزاء جسمه؛ ليكون معمل مترابط الأجزاء في تفاصيل أحشائه.

وقد أوردنا هذه الصور وأشرنا إلى كل جزء فيه وما يناسبه من دواء لكل علة.

obeikandl.com

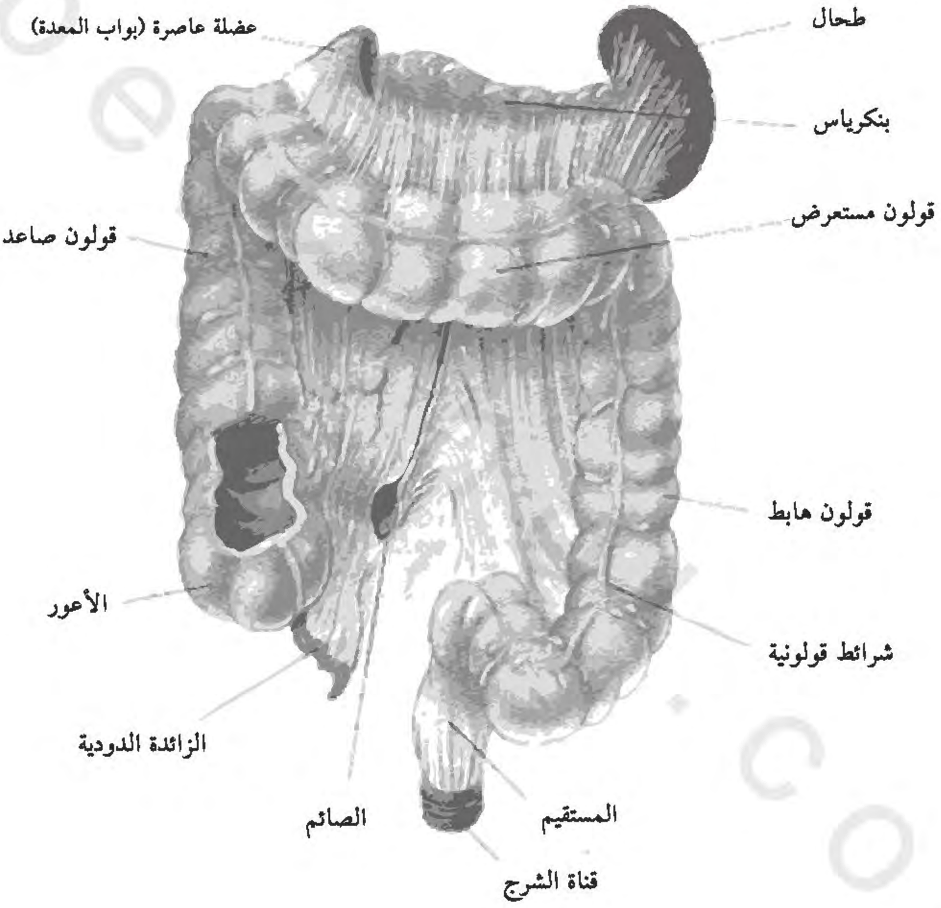
شكل (١)

علاقة الإثني عشر بالبنكرياس والمرارة



شكل (٢)

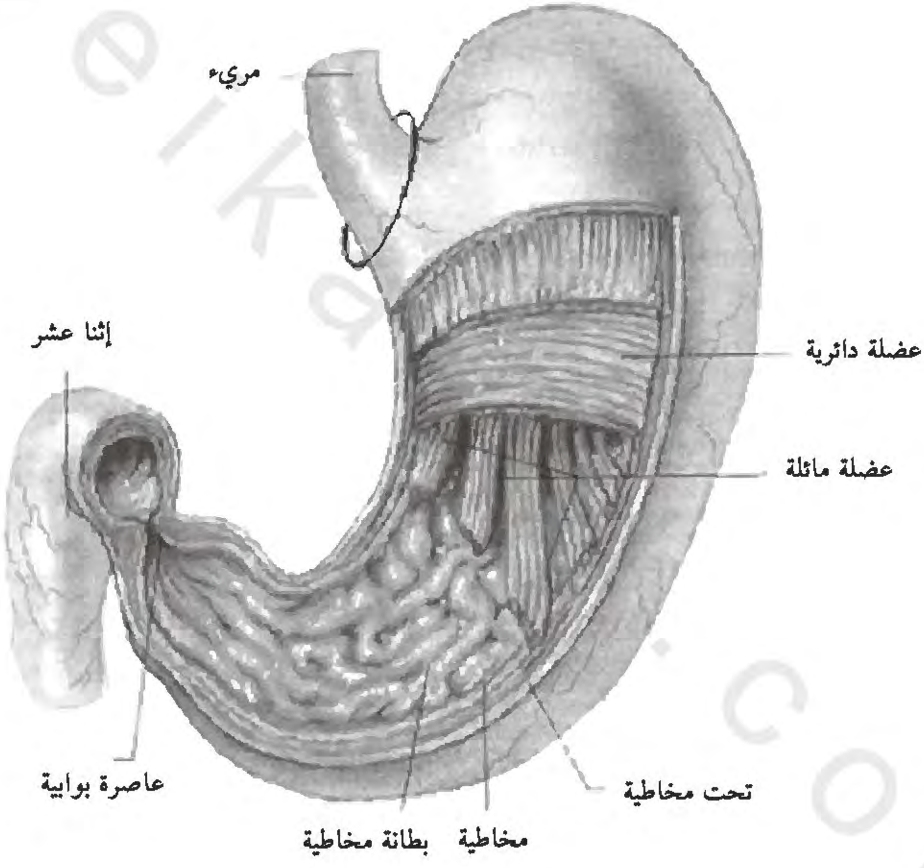
مكونات الأمعاء الغليظة



شكل (٣)

مكونات المعدة

واتصالها بالمريء وبالإثني عشر

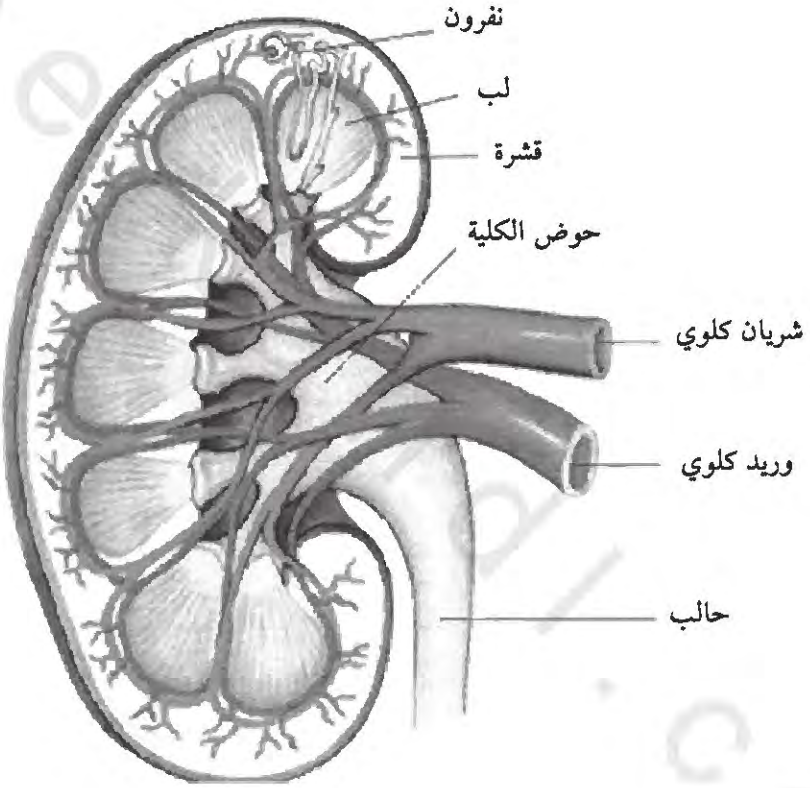


obeikan.com

شكل (٤)

مقطع طولي في الكلية وتظهر علاقة الكلية

بالأوعية الدموية الرئيسية والحوض



مُقَدِّمَة

لقد بحثت طويلاً ولسنين عديدة في أمهات المكتبات لقراءة الكتب التي ألَّفها أطباء الطب البديل عن هذا العلم، وأغنوا المكتبات بما أنتجوه من كتب وكراسات وشرح وعلاج.

لقد استغرق جمع هذا الكتاب الموجود بين أيديكم حوالي خمس سنوات، أقرأ وأبحث، لكي أوفر للقارئ الكريم أكثر ما يمكن من المعلومات عن الطب البديل، ليكون لديه مصدراً واحداً يقرأ فيه أساليب الوقاية والعلاج من الأمراض المختلفة التي تصيب الإنسان في مختلف أدوار حياته.

لقد كثر الحديث في الآونة الأخيرة عن الطب البديل، وأخذ يزداد تقدماً بفضل تقدم الأجهزة العلمية التي تقوم بتحليل ومعرفة محتويات النباتات والأعشاب الطبية ابتداءً من جذورها إلى الأوراق والأوراد قسماً قسماً.

فاختيرت النباتات والأعشاب لتصنف على أنها طبية بسبب احتوائها على نسب عالية تفوق غيرها من عناصر عدة من المعادن والأملاح والفيتامينات والدهون والغازات الطيارة والروائح العطرية وغيرها؛ التي تشكل العصب الأساسي لعلاج الأمراض.

هذه المواد تقوم ببناء الجسم بسد وتوفير ما يحتاجه من هذه المكونات، أو تعالج المرض المصاب به الشخص بسبب مفعول ما تحتويه من مواد وعناصر، سواء بقتل الجراثيم والبكتيريا والطفيليات المسببة للمرض، أو بتقوية جهاز المناعة للإنسان لمقاومة الأمراض.

إن هذه المعرفة لا تقتصر على المعالجين للأمراض، بل تتجاوزهم إلى ربات البيوت وجميع الأفراد.

إن ربات البيوت هنَّ مفتاح الصحة للعائلة، بسبب ما يقدمونه من طعام بمعرفتهن الواسعة بمحتويات المواد الداخلة في الطبخ، ومعدّة للأكل، والتي تناسب جميع أفراد العائلة من أطفال وأحداث وشيوخ، سواء كانوا أصحاء أو مرضى أو في دور النقاهة من أمراض عضالة.

فتقديم الغذاء المناسب للأصحاء هو لتقويتهم، لكي لا ينال الضعف منهم مقعداً، أما بعد إصابتهم، فالحمية والغذاء المناسب أساس للعلاج، سواء كان العلاج بأساليب الطب الحديث أو الطب البديل.

عند استعمال هذه النباتات والأعشاب الطبية بعلم ودراية، فإنها توفر للعائلة ضماناً لصحتهم أولاً، وتوفيراً لدخلها بتجنب شراء الأدوية من الصيدليات ذات الأثمان الباهظة، والتي تثقل كهل الدخل العائلي.

أما بالنسبة للأمراض واختيار الأدوية النباتية لعلاجها، فعلى الشخص المصاب مراجعة طبيبه الخاص لتشخيص المرض قبل استعمال أي علاج؛ لأن الطبيب هو العالم بنوع المرض ومسبباته، ومثالاً بسيطاً على ذلك أن وجع الرأس يحدث بسبب مرض أو خلل في عدة أعضاء في الجسم، فصحيح أن هناك مسكنات لهذه الأعراض، ولكن العلاج الحقيقي يكمن بعلاج العضو المتأثر بالمرض، والذي سبَّب هذه الظاهرة، وهي وجع الرأس.

لذا فتشخيص المرض هو الأهم في العلاج، وبعد التشخيص يتمكن المريض من الاستمرار على العلاج المطلوب بالطب الحديث أو اختيار العلاج بالطب البديل باستخدام النباتات والأعشاب الطبية المخصصة لهذا المرض المشخص.

ولتسهيل عملية استخدام هذا الكتاب في استعمال الأدوية أو الأعشاب والنباتات الطبية للعلاج، فقد ذكرت كافة الأمراض التي تصيب الإنسان في فهرست الكتاب، مبوبة حسب الحروف الأبجدية، وأمام كل مرض رقم الصفحة الحاوية للعلاجات، بحيث يسهل على المريض أو الشخص المعالج أن ينظر إلى اسم المرض، ويقرأ الوصفات الطبية لمختلف أطباء الطب البديل، أو اختصاصيي الأعشاب والنباتات الطبية وجرعها وطرق تحضيرها وكمياتها اليومية، وعلى المريض أن لا يتجاوز مقدار الجرع وكمياتها التي تؤخذ يومياً؛ لأن زيادتها تعرضه إلى نتائج معكوسة.

متمنين للجميع الصحة والعافية، وأن يبقوا بحفظ الله ورعايته.

الباحث

عبد الغفور علي عبد الله السنجري

الباب الأول
فوائد
النباتات والأعشاب الطبية

obeikandi.com

النباتات التي تبدأ أسماؤها بحرف «أ»

إبرة الراعي (famgeraniaceale):

- تستعمل الجذور خارجياً لتسكين الآلام في العينين.
- تستعمل كغرغرة لالتهاب البلعوم وتقرح الفم.

طريقة الاستعمال: إما مغلي أو منقوع أو محلول أو لبخات.

- جاء في كتاب «(٤٤٤) وصفة للتداوي بالأعشاب» لاختصاصي الأعشاب زياد عمران عن هذا العشب ما يلي:

تستخدم هذه العشبة من الداخل بشكل منقوع في الماء الحار (ملعقة) من الأوراق والأزهار لكل كوب ماء ثلاث مرات يومياً للحالات التالية:

- التهاب الحلق والحنجرة والسعال، وحالات بحّة الصوت.
- التهاب الفم وتقرحاته.
- خافض لمستوى السكر في الدم.

ويستخدم من الخارج:

- لتخفيف الآلام العصبية بتدليكها من الخارج.
- يستخدم منقوع الأوراق، والأوراق كمّادات لالتهاب العيون.
- يستخدم مغلي النبات كغسول للجروح المقيحة.

أبنوس (bony tree):

- مفتت للحصى ومدر للبول.

- يجلو غشاوة العينين.

- يزيل البياض والآثار الحادثة في العين.

ابهل (sabin):

- جاء في كتاب «حديقة الأزهار» لأبي القاسم محمد إبراهيم ما يلي:

- منقٍّ للقروح والجروح المنتنة ذروراً.

- مدر للبول والطمث.

- أقوى أجزاء النبتة للأدوية لحاء الشجرة، ثم ثمره، ثم زهره.

- إذا شرب بعسل وماء نفع من وجع النقرس.

- قاتل للجنين، ومخرج للمشيمة من الرحم.

أترج (cedrat):

- من أنواعه النارنج.

- جاء في كتاب «حديقة الأزهار في ماهية العشب والعقار» لأبي القاسم محمد بن إبراهيم:

- مشهٍّ للطعام، وينفع من الخفقان، ويسهل الصفراء.

- يذهب برائحة الفم.

- إذا حرق وطلي به البرص نفعه.

- خاصية ورق شجره يوسّع الأنفاس.

أثل (tamarisk):

القسم الطبي: الأوراق والسائل المعسل النازل من الشجرة.

قال ابن البيطار أن الأثل:

- ينفع من ضعف الكبد شرباً.

- ينفع من الحكة والجرب طلاءً.

- ماؤه ينفع البواسير.

- ثمرته تسمى العذبة (syrian bean caper):

أَثْمَدْ (antiomine):

- يحفظ صحة العين، وهو حجر الكحل الأسود وأجوده؛ الذي يتفتت بسرعة.

- يذهب باللحم الزائد في القروح وشربته (١/ ٢) درهم.

اخدرية (Evning prim rose):

- تحتوي على حامض غاما اللينونينيك الضروري لإنتاج اليوستغلندين.

- يخفف آلام الثدي.

- جرعته اليومية كبسولتان عيار (٢٥٠ملغم).

اخيليا ــ أو أم ألف ورقة ــ حزنبل (yarrow, milfoil):

- تحتوي على زيت عطري، وراتنج مر، وحامض تانيك، ومواد شمعية وشحمية.

- مسحوقها ينقع بالحليب لتقوية الباه.

- يسرع في تخثر الدم النازف من الجروح.

- ينظم الطمث.

- يفيد السعال والربو وضيق النفس.

- عصير أوراق الشجرة الغضة ينفع لتنقية الدم، وجرعته (٢) ملعقة كبيرة مع الحليب، أو مرق اللحم صباحاً قبل الفطور لمدة (٤ ـ ٦) أسابيع.

- مستحلب هذه الشجرة يفيد في معالجة اضطرابات الدورة الدموية الناتجة عن تشنجات الشرايين، بما فيها الذبحة الصدرية وآلامها؛ التي تمتد

إلى الكتف والساعد، ويصنع المستحلب بالطرق المعروفة، وبنسبة ملعقة كبيرة من العشب لكل فنجان ماء ساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجانان في اليوم.

أما العصير فيؤخذ ملعقة صغيرة في فنجان صغير من الماء (٣ ـ ٤) مرات يومياً.

ـ منقوعها بالخل يقطع السعال، وينشط الدورة الدموية.

ـ عصير النبتة أو العصير الممزوج بمقدار من الشحم علاج لا مثيل له للبواسير، ويفضل أن يكون العلاج من الداخل والخارج.

ـ تفيد داء المفاصل والدوالي وآلام البواسير، ولعمل عصيره يؤخذ ملعقتان كبيرتان من الماء مع ملعقة أوراق جافة، وتؤخذ صباحاً لمدة (٤ ـ ٦) أسابيع.

ـ مرهم الإخيليا يصنع بغلي (٣٠غم) زهر مهروس، مع (٩٠غم) زبد، بحيث لا يحترق الزبد.

أخيناسا (Lchinacea):

ـ اكتشفها أحد الأطباء في أمريكا الشمالية بأنها تداوي الجروح الصعبة الشفاء والالتهابات المتقيحة والخراجات والدمامل وغيرها من الإصابات الجلدية.

ـ القسم المستعمل من النبات: كامل النبتة حيث تسحق على شكل عصيدة، ثم تغطس بالكحول.

ـ تزيد في قوة المناعة.

ـ توجد الأخيناسا تجارياً تحت اسم (echinacin) على شكل أمبولات ونقط.

ـ تزيد المناعة للجسم لمقاومة الالتهابات الجرثومية والفيروسات الحادة

والتهاب المفاصل العديدة (plyarthritis) والتهابات الجيوب واللوزتين المزمن، وبعض أمراض الجلد والصدفية ولقطع دابر الإصابة بالإنفلونزا.

ـ تحتوي على مادة (echinacosid)، وهي مادة بلورية تنحل في الماء، وتحتوي على وظائف أستينية متعددة، إضافة إلى زيوت عطرية، وبولي سكاريدات. ويعتقد أن هذه المواد جميعاً تشارك في التأثير الدوائي.

أذان الفار (iyosotis stricta):

ـ تسمى في اليونانية «مروش».

ـ يخرج الشوك ويلصق الجراحات، وينقي القروح، وينفع الصرع.

ـ يمرخ القضيب بعصيره ليقويه ويزيد الانتصاب، كما جاء في «التذكرة».

ـ يفيد في تفتيت الحصى، كما جاء في «التذكرة».

ـ إذا نقع بالخل ينفع في اليرقان نفعاً أكيداً، كما جاء في «التذكرة».

اذان الأرنب ــ مزمار الراعي ــ سنبل الملك:

ـ تستعمل أوراقه في السلطة؛ لأنها عطرية.

ـ قابضة للأمعاء.

ـ إذا دلكت البطن بعصارته طردت الديدان.

أذريون (mari gold):

ـ يحتوي على زيت طيار، وزيت ثابت، وقليل من حامض ساليسيليك، ومواد ملونة.

ـ يعالج القروح بسبب النوم الطويل في الفراش بسبب المرض.

ـ مرهمه يفيد تشققات الثدي والأصابع والحروق والدمامل وحب الشباب.

ـ دهنه يعالج سرطان الجلد والغدد.

ـ لاحتواء الأزهار على هورمون جنسي، يستعمل لعلاج الضعف الجنسي

عند الرجال، حيث يعمل منه مستحلب، ثم يؤخذ منه ملعقتان كبيرتان كل ساعتين.

ـ لعمل المستحلب يؤخذ ملعقة صغيرة من أوراق الأزهار، لكل فنجان ماء ساخن بدرجة الغليان، ويترك إلى أن يبرد هذا المستحلب.

ـ يعالج سرطان المعدة والرحم.

ـ مضاد للتشنج.

ـ منقٍّ للدم.

ـ يوصي الأطباء شرب مغليه لإعادة الحيض بعد إنقطاعه، وجرعته (٥٠غم) زهرة لكل لتر ماء.

ـ يخفض الضغط، ويوسع مجاري الدم، ويلين الشرايين.

ـ مدرّ للصفراء.

ملاحظة:

ـ يمكن في المعالجة الخارجية استعمال الصيغة المخففة لغسل وتضميد الجروح بدلاً من المرهم، ولعمل الصيغة تؤخذ حفنة من أوراق الزهر في زجاجة بيضاء، ويضاف إليها (١/ ٢) لتر كحول مركز (٩٥٪)، تسد الزجاجة، وتوضع في الشمس أسبوعاً، ثم تصفى ويحفظ للاستخدام، وجرعته عادة ملعقة طعام في كوب ماء مغلي.

ـ يقول د. أحمد توفيق في كتاب «الدليل الكامل في التداوي»: أنه يستعمل خارجياً في القروح الرقادية، وهي القروح التي تحدث في الإليتين أو الكتفين أو كعب القدم عند المرضى، وخاصة عند الشيوخ الذين يضطرون للبقاء مدة طويلة في الفراش ممدَّدين على ظهورهم، وكذلك البواسير

والاحتقانات في أصابع القدمين بتأثر تعرضها للبرد، فجميع هذه الأمراض تعالج بمرهم الأذريون.

ويصنع المرهم بمزج أوراق الزهر المهروسة بكمية مناسبة من زبد الماعز غير المملحة، أو بمزج عصير العشبة الغضة بخمسة أو ستة أمثالها من الزبد. ويلاحظ أن الأعراض تزيد في بداية استعمال هذا المرهم، ثم تزول بعد مدة من الاستعمال.

ـ يفضل عمل المرهم باستعمال خليط من زهر الأذريون (٥غم) مع (٣غم) من كل من نبات كنبان الحقول وجذور عشبة القرى وزهر البابونك، وذلك بغلي الخليط لمدة ساعة في (١/ ٤) لتر ماء، ثم إضافة كمية من الشحم إليه، ويبقى على نار هادئة إلى أن يتبخر الماء كله.

ـ ولعمل الصيغة توضع حفنة من أوراق الزهر في زجاجة بيضاء، ثم يضاف إليها لتر كحول مركز (٩٥٪) تسد الزجاجة، وتوضع في الشمس أسبوعاً، ثم تصفى وتحفظ.

ـ تخفف الصيغة عند استعمالها لغسل الجروح والتقرحات بنسبة ملعقة كبيرة لكل كوب ماء.

أراك (teeth brush tree):

ـ أعواده تستعمل كمسواك لتنظيف الأسنان.

ـ حبوبه تقوي المعدة، وتفتح الشهية.

ـ يقول داود الأنطاكي أنه إذا غلي بالزيت سكن الأوجاع طلاءً.

ـ لا يقوم مقام حبِّه في تقوية المعدة وفتح الشهية شيء.

أربيان ــ الجنبري:

يمتاز عن اللحم بكثرة الفسفور واليود، وكثرته تضر الشيوخ، وهو نوع من الأسماك.

أرثد (agnus castus):

- ينشط الوظيفة الهرمونية للغدة النخامية.

- يؤخذ (١٠) نقط من الصيغة في شيء من الماء كل صباح في النصف الثاني من الدورة.

أرز (rice):

- يزيد في المني ويقلل البول والريح.

- مفيد أكثر من الحنطة والشعير.

- يقول الإمام السيوطي أن أحسن طريقة لطهيه هو أن يطبخ الأرز باللبن الحامض الخالي من الدهون.

أرقيطون (bur dock):

- يعتبر أحسن منظف للجسم من السموم المترسبة فيه.

- مفيد لكثير من الأمراض الجلدية والأكزيما والصدفية، وذلك بغلي الجذور وشرب مائها «دليل الأعشاب الطبية العراقية».

- يصنع مستحلب الأرقيطون بأخذ (٢ ـ ٦غم) من النبات المجفف في كوب ماء مغلي ثلاث مرات في اليوم، وطريقته أن يؤخذ في اليوم الأول ملعقة كبيرة، وفي اليوم الثاني مقدار كوب، وفي اليوم الثالث مقدار كوبين.

- مضاد وخافض للسكر.

- منشط لإفراز الصفراء.

- يجب أن لا يهمله المصابون بعلل المفاصل والروماتيزم، ولمغلي أوراقه منافع في شفاء هذه العلل، إذا ما ضمد بها، وجرعته (٢ ـ ٦غم) جذور مجففة على شكل نقيع في كوب ماء ثلاث مرات يومياً.

- بذوره مدرّة.

- لا يوازيه نبات في إنضاج الدمامل وتفجيرها، وقد أثبت العلم الحديث منافعه في معالجة القروح المزمنة والحادة ضماداً بالأوراق المهروسة.

- تمتص الأوراق المهروسة سموم عضة الكلب.

- يعالج مرض النقرس.

أريكا (arica):

يقول د.شكري إبراهيم في كتاب «العقاقير والتوابل» أن الجزء الطبي من النبات هي الثمار والبذور.

- يستعمل لمعالجة الديدان الشريطية خاصة لدى الكلاب.

- قابض.

- مضغ بذوره مخدرة، إلا أنه ليست خطيرة أو ضارة.

- منبّه للباه، ويزيد في قوة التحمل.

أزادرخت (china berry):

يقول د.شكري إبراهيم في كتاب «العقاقير والتوابل» ما يلي:

يسمى «زنزلخت ـ جرود»، وهو شجر كبير الحجم جزؤه الطبي اللحاء والثمار والأوراق.

- يستعمل منقوع أوراقه لتدليك الشعر للنساء لتطويله.

- إذا عصرت أطراف أغصانه، وشرب بالعسل نفع من عرق النسا، واسترخاء الأنثيين.

- يحلُّ الدم الجامد في المثانة، وهو صالح للكبار والمبرودين.

الآس (myrtle, bucher broom):

- نبات أبيض الزهر، عطري، ثماره صغيرة، وبذوره سوداء وبيضاء. تسمى حب الآس، وهي تؤكل، وورقه دائم الخضرة.

- قسمه الطبي: في الثمار والأوراق والبذور.

- زيته ينفع لعلاج الشلل.

- قال أبو بكر الرازي أن زيته يزيل الآلام: «تدهن الأماكن المحمرة بزيت الآس، وتغطى بقطعة قماش وتربط».

- قال ابن سينا أن زيت الآس يقوي الشعر، ويلونه بالأسود، ورماده ينقي الكلف والنمش، وشربه يقوي القلب، ويذهب الخفقان.

- قال ابن البيطار أن حب الآس يفتت الحصى، وينفع من أمراض الكبد، وإذا طبخ بالخل نفع من وجع الأسنان.

- يستعمل داخلياً لحالات سوء الهضم، وعسر البول، والتهابات المجاري البولية، وتفتيت الحصى. ويستعمل مسحوق لحاء الشجرة على هيئة مغلي كشراب بمعدل (٣) كوب يومياً.

أسارون (asarabaeca):

- مقوٌّ لمبايض النساء، وخصي الرجال، ويزيد من حجم المادة المنوية.

- إذا دق وعجن بالعسل وضمد به بين الدركين هيَّج الباه، وانتصب انتصاباً سريعاً، وجرعته (٣٠غم)، كما جاء في كتاب «حديقة الأزهار» لأبي القاسم محمد بن إبراهيم.

اسبرولة (sweet woodroof):

- عشبة تستعمل لعلاج التهاب اللوزتين بجميع أشكالها.

أسبيداج:

- إن الذي يباع عند العطارين هو كربونات الرصاص القاعدية (white lead)، وهو مسحوق أبيض ثقيل، لا رائحة ولا طعم له، ولا يذوب بالماء.

أسطراغامس غشائي (milk vetch):

ـ يجهز الطاقة الحيوية، ويساعد على تنظيم وضبط استقلاب الماء، وجرعته (١ ـ ٢غم) مسحوق النبات، ويؤخذ داخل برشام.

● **أسماء بعض أقسام الجسم وبعض العقاقير:**

ـ جاء في موسوعة «العناية بالصحة والشباب والشيخوخة» للدكتور أحمد فتحي حجازي:

ـ مواد التخدير العام	anaesthatics general
ـ المنومات	hypnotics
ـ المسكنات	sedatiues
ـ المهدئات	tranquilizers
ـ مضادات الكآبة	antidepressent
ـ مضادات الحساسية	anti histamines
ـ المخدرات	narcoties
ـ المنبهات النفسية	pscychostimulant
ـ الغدة النخامية	pituitary
ـ الغدة الدرقية	thyroid
ـ الغدة المجاورة للدرقية	paru thyroid
ـ غدة البنكرياس	para thyroid
ـ الغدة الكظرية	adrinal
ـ الغدة الجنسية	sex gland

أشجار الأرصفة:

ـ جاء في جريدة الدستور الأردنية في أحد أعداد الشهر الثامن من عام (٢٠٠٧م) عن أشجار الأرصفة ما يلي:

يفضل أن تكون من النفضيات للسماح لأشعة الشمس بدخول المنازل، وأن تكون من الأشجار ذات الجذع الطويل، لكي يكون توزيع الأوراق فوق مستوى (٣م) لتسمح بمرور المشاة بحريَّة.

ـ وأن تتحمل الظروف الجوية والبيئية المحيطة بها، وأن تكون جذورها عميقة لكي لا تعمل على خلع البلاطات المحيطة بها، وأن تكون ذات مناعة ضد الإصابة بالأمراض، وأن يكون احتياجها للماء قليلاً.

أشقيل (squill):

ـ جاء في كتاب «حديقة الأزهار» للعالم أبي القاسم محمد بن إبراهيم:

«إذا عجن مسحوق نبات الأشقيل بعسل، ووضع على داء الثعلبة ولدغة الحية نفعهما نفعاً عظيماً».

أشران (venus mavel wort):

ـ ذو بيضتين إحداهما صلبة، والثانية لينة.

ـ يسقط الشهوة، وشربته مثقال.

أصبع العذراء (fox glove):

ـ نبات عشبي مصدره أوروبا وأمريكا.

ـ يستعمل لعلاج أمراض القلب، وإيقاف هبوطه؛ لأن هذه العشبة تقوم بتنشيط الأنسجة والعضلات القلبية، مما يعمل على رفع ضربات القلب، والمساعدة على تنظيمها، وعدم هبوطها.

ـ يفيد في علاج تصلب الشرايين، لقيامها بتوسيع الأوعية الدموية

والشرايين والأوردة، مما يساعد على تدفق الدم خلالها بانتظام في السرعة المناسبة، ودفع الدم في الجسم.

- يسهل التخلص من الفضلات.

أطريلال (carum ammoicles):

قال د. محمد عبده في كتاب «النباتات والتجميل» عن نبات الأطريلال ما يلي:

- يعرف بمصر بـ «رجل الغراب» أو «جزر الشيطان» أو «رجل الزرزور».

ويقول د. رمزي مفتاح أنه:

- ينفع للبرص، وللرئة، وبذور حشيشته تعالج المغص.

- يقول ابن البيطار أنه ينفع من البهاق نفعاً بيناً شرباً.

أطمنطا (bardane):

- تعالج الصدفية والبرص أكلاً ودهناً.

أفتمرون (epithym):

- إذا دقت أوراقه ناعماً، وخلط بالزيت، جعل ضماداً للثديين يحفظهما ناهدين، ويحول دون تصلبهما.

أفسنتين (warm wood):

- مرهمه يعالج الرمد، ويمزج (٣غم) عصير مع (٣٠غم) عسل.

- عصيره يطرد الغازات، ويقوي الذاكرة، ويقلل النسيان، والشعور بالخجل.

- تعمل صيغة الأفسنتين بأخذ جزء واحد من أفسنتين مع خمسة أجزاء كحول نقي (٩٥٪) في زجاجة محكمة السد مدة (١٠) أيام، وتخض الزجاجة

يومياً، بعدها تصفى ويؤخذ منها (٢٠) نقطة على قطعة سكر، أو في قليل من الماء يومياً (٣ ـ ٤) مرات يومياً.

ـ مقوٍّ للكبد، ويخرج الفضلات العفنة من العروق والأوراق، وجرعته (٢ ـ ٤) دراهم.

ـ إذا شرب من طبيخه مقدار (٥ ـ ٧) دراهم لمدة (١٠) أيام أعطى عجباً في تنبيه الشهوة الجنسية.

ـ خلاصة العشبة المشتقة من نبات الأفسنتين (da - 96 - 01)، وتعرف باسمها العلمي «أرتيميسياأسباتيا»، تقلل من التلف الناتج عن الراديكالات الحرة الضارة (حموضة المريء عند التجشؤ).

ـ مغلي النبات لعلاج آلام الروماتيزم والأزمات الصدرية وأمراض السكر.

ملاحظة:

ـ تجنب الحوامل استعماله.

افيدرا صيني (ephedra):

ـ القسم المستعمل من النبتة الأطراف الغضة.

ـ منذ قديم الزمان استعمل مسحوقه في علاج أمراض الربو، ورفع ضغط الدم، وحديثاً لعلاج وتخفيف بعض آلام الصدر، والعمل على زيادة العرق وإفرازه بكمية كبيرة، حيث يوسع القصبات الهوائية، ويزيد الضغط، وينبه القلب، وجرعته (٢ ـ ٣غم) من الأعشاب المجففة، بحيث تغلى في كوب ماء ثلاث مرات يومياً.

ـ يستعمل لبناء الأجسام، وتخفيف الوزن، وقد يسبب أزمات قلبية ودماغية.

أقتي زرقاء (blue cohash):

- مضاد للتشنج.
- منبه ومنشط للرحم.
- مفيد لتسكين الآلام الناتجة عن ركود الدم.
- يؤخذ مغلي العشبة ممزوجاً مع عشبة الأخليا أو ذنب الأسد.

الأقحوان (florists):

- يخفض الكوليسترول إلى الحد الطبيعي، ويقلل نسبة السكر في الدم.
- مطهر وجيد لالتئام الجروح، وامتصاص الدم المحبوس في العضلات بسبب الضرب أو الحوادث.
- يفيد في علاج الاضطرابات المعدية، والمغص الكلوي.
- مفعوله كبير على خلايا الكبد في حالة تشمعه بسبب الإفراط بالشرب.
- دهنه ينفع آلام الأذن والبواسير.
- إذا غلي يابسه وشرب ماؤه المغلي ينفع من الربو ويفتت الحصى.
- مبيد للحشرات.
- مفرغ للصفراء.
- مدر للبول.
- مستحلب الأزهار لاحتوائها على هورمون جنسي، ويستعمل لمعالجة الضعف الجنسي عند الرجال، كذلك لمعالجة سرطانات الرحم والمعدة، وجرعته (١ ـ ٤غم)، يعمل على شكل نقيع ثلاث مرات يومياً في كوب ماء حار.

أقراص الملك (imperial fritillary):

- يحلل الأورام، ويسكن الأوجاع، ويردع النوازل طلاءً.

ـ يسهل الأخلاط البلغمية، والكيموسات الرديئة من المفاصل بالقيء أولاً، ومن أعماق البدن بالإسهال ثانياً.

ـ يرخي الأعصاب، ويحدث الكسل والفتور، وجرعته (٢غم).

أكارع:

ـ جاء في كتاب «المعتمد» للأستاذ مصطفى السقا أن أجودها من الخرفان والماعز، وتطبخ بالكزبرة والدراسين والسيرج والحمص المقشور.

مزاجه معتدل، ويولد دماً لزجاً صالحاً محموداً قليل الفضول.

ـ ينفع من السعال الحاد.

ـ يجبر العظام.

ملاحظة:

يضر أصحاب القولنج، ويصلح بأن يطبخ بالخل والزعفران.

أوكاليتوس (eucalyptus):

ـ مطهر، فاتح للشهية، مبيد للميكروبات، مقاوم للحمى، منبه، ملين للمفاصل.

ـ جرعته (٥٠غم) أوراق لكل لتر ماء يغلي (١٥) دقيقة، ثم يبرد ويستنشق منه ثلاث مرات يومياً لفتح الانسدادات في الأنف والجيوب الأنفية.

ـ ينفع من مرض السكر في الدم.

أويسة (hilbery):

ـ يفيد عصارة ثمارها الغضة في تخفيف درجة السكر في الدم، ومطهر للبول.

ـ تجفف الثمار، ثم تطبخ لعلاج تعفن الأمعاء خصوصاً المصابين بالبواسير.

- تغلى أوراقه لمعالجة حرقان البول.

- تشفي تقرحات الفم واللسان.

- نقيع الأوراق تخفض نسبة السكر في الدم، وتنتج الأنسولين.

- عصير الثمار تعالج الحكة والأكزيما، وتقرحات الفم ذات الرؤوس البيضاء.

إكليل الجبل (rose mary, common resamary):

- يعتبر من التوابل، ويضاف إلى كثير من الأطعمة لتحسين طعمها.

- يستعمل منقوعه بنسبة (١ ـ ٥٥غم) لكل لتر ماء.

- يفيد في تقليل نسبة الكوليسترول في الدم.

- يفيد للحميات، خاصة التيفوئيد، وكذلك آلام الحيض، والضعف العصبي، والإجهاد العقلي والبدني، وتشقق الثديين.

- مهدئ للنوبات العصبية.

- استعمالاته الخارجية:

- إذا غلت أوراق النبتة أفاد في الرضوض، وأورام المفاصل، والإلتواءات، وتشنجات العنق.

- يستعمل مستحلب الأوراق لتنظيف بشرة الوجه، ومعالجة العيون المصابة بالرمد الربيعي، وذلك بوضع كمادات منه على العين.

- يستعمل مغلي أوراقه لعلاج الحكة، إذا خلط بزيت الزيتون.

- يستعمل لإزالة الإلتهابات والإفرازات المهبلية.

- يستعمل مغلي الأوراق والأزهار الممزوجة بقشرة لحاء شجرة البلوط كدوش مهبلي مرة واحدة يومياً.

- جاء في كتاب «الأمراض الشائعة والتداوي بالأعشاب» للدكتور هاني

عرموش أنه لعمل نبيذ إكليل الجبل تنقع مقدار قبضة يد من أوراق إكليل الجبل في لتر نبيذ أبيض لمدة يومين، ثم يصفى ويحفظ للاستعمال.

قال الطبيب اليوناني ديوستدريدس بأن نبات إكليل الجبل له القدرة على توليد الحرارة، وشفاء اليرقان.

- يستعمل خارجياً لمعالجة الروماتيزم، وداخلياً لعلاج الإنهاك، وانخفاض الضغط الدموي. واستحضر منه دواء يدعى «إكليل الجبل الكافوري» لتنشيط الدورة الدموية.

- منشط للهضم.

قال د. صبحي سعادة في كتاب «أسرار التداوي بالنباتات والمكملات» أن إكليل الجبل يوجد منه مستحضر على شكل أكياس صغيرة، كل كيس عبارة عن جرعة صغيرة، وتستعمل ثلاثة أكياس يومياً على أن يوضع كل كيس في كوب ماء ساخن لدرجة الغليان، ويترك لمدة (١٠) دقائق، ويشرب بعدها. ويسمى (ros)، وهو مسحوق مستورد من مقدونيا.

- يستعمل كمقوٍّ جنسي للذكور والإناث بدون أضرار جانبية، ويحضر مستحلبه بإضافة ملعقة صغيرة أوراق لكل فنجان ماء يغلي.

إكليل بوقيصي (meadow sweet):

- المستعمل من النبات هي الأزهار.

- جرعته (١,٥غم) أزهار في كوب ماء بارد، أو شراب ريحاني.

- يستعمل لعلاج الأورام الروماتيزمية، والتهاب عرق النسا، وآلام الظهر، ومرض الأوديما.

- ولعمل المستحلب يضاف (٢٠غم) أزهار في كوبين ماء، ثم يشرب منه فنجان واحد مرتين يومياً.

- يلصق الجراحات، وقشرته تسهل البلغم شرباً بماء الورد، أو شراب ريحاني.

إكليل المروج:

- يقلل حموضة المعدة.
- يحمي جدار المعدة، ويطريه.
- يوقف إسهال الأطفال.
- يخفف من آلام الروماتيزم في العضلات والمفاصل.

إكليل الملك (king clover):

ذكر ابن سينا فوائده في كتاب «القانون» ومنها:

- ينفع من أورام المقعد ضماداً.
- ماء طبيخ أوراق سيقانه وأوراقه مدرة للبول والطمث.
- يسكن الحكة الطارئة في الخصيتين.

يقول د. أمين رويحة أنه:

- يعالج الأورام الصلبة غير الخبيثة، كعقد الحليب في الثدي.
- يستعمل مرهمه لعلاج القروح والدمامل العفنة.

ويشرب المستحلب لمساعدة المراهم بالعلاج، ويحضر المستحلب بإضافة (٢ ـ ٣غم) من النبات لكل فنجان ماء ساخن بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجانان في اليوم.

- شرب فنجان واحد في اليوم يجلب النوم.

أكونيتم (monks hood):

- مسكن ومضاد للالتهابات العصبية، والسعال الديكي، والربو، والحمى، وإزالة الآلام.

الستونيا:

- نبات مقوٍّ.

الشوكة المباركة (carbenis bandicta):

- تعالج خمول المعدة وسوء الهضم والمغص المصاحب للغازات، وجرعته: (١ - ٣,٥غم).

- تستعمل أزهاره المجففة في كوب ماء، كالشاي ثلاث مرات يومياً.

الماسة (jerusalem):

- من النباتات غير المنتشرة في العراق وتحتوي على مادة (inulin) لذا فهي تستعمل لتغذية المصابين بالسكر.

أمروسيا (amrrosia martima):

- تمنع النزلات.
- تقوي الشهوتين.
- تشدُّ الثديين.
- مقوٍّ للكبد والكلية والمعدة.

أملج (indian gooze berry):

- يقطع العطش، ويزيد الفؤاد حدة وذكاء.
- يهيج الباه.
- يقطع القيء والبصاق.
- يسود الشعر ويقويه.
- ينفع من البواسير.
- ينفع العين والعصب جيداً، وذلك بطبخه ووضع مثله سكر، ويضاف إليه قليل من دهن اللوز، ويؤخذ على الريق مقدار (٥) دراهم بماء فاتر.

- ينفع من ضعف البصر.

أناناس (pineapple):

- لكثرة الأملاح والمعادن والفيتامينات والسوائل الموجودة فيه، فإنه مقوٍّ ومهضم، ويوصف لعلاج:

- التسمم.

- تقوية القدرة الجنسية.

- مقوٍّ لجلد الوجه إذا دهن بعصيره.

- يفيد في علاج آلام العمود الفقري إثر انزلاق الفقرة فيعطي نتيجة باهرة.

أنجبار (bistort):

- جاء في كتاب «المعتمد» للأستاذ مصطفى السقا عن الانجبار ما يلي:

- تفيد خلاصة العشبة في تنظيف الدم، وتنظيم الدورة الدموية.

- أكثر ما يستعمل في هذا النبات أنه إذا دقت قشور النبات وعصرت كانت عصارتها حمراء مثل ماء التوت، وقد تستعمل أو يستعمل اللحاء مجففاً، والشرب لكل منها مثقال.

- وقد تطبخ العصارة مع السكر.

- يبرأ من قروح الرئة، وقد أبرأت قرحة رئة بعد ثلاث سنوات من الإصابة.

- يجبر الكسور.

- يلحم الجراحات.

- تعالج بول الدم، فقد أبرأت مصاباً بالبول الدموي بعد (١٠) سنوات من الإصابة.

انجرة (artica pillulifera):

- مذيبة للحصاة الصفراوية.
- مفيدة لأمراض الكبد والرئة.
- مفيدة لأمراض الروماتيزم.
- جرعتها (٣٠ ـ ٥٠غم) لكل لتر ماء.
- قال الأستاذ مصطفى السقا في كتابه «المعتمد» أن بذوره تهيج شهوة الجماع، خاصة إذا شرب مع عقيد العنب.
- الضماد بورقه يبرئ القروح الخبيثة والسرطانية.
- إذا شرب من بذره مقدار درهم أسهل بلغماً باعتدال.
- إذا دق بذره وخلط بالعسل وطلي به القضيب زاد غلظه زيادة كبيرة.

انجدان رومي ــ كاشم (lauage):

- خلاصة هذه العشبة تساعد على تسهيل الهضم وتهدئ الآلام.
- تدر البول وتجفف بعض السوائل الموجودة في الجسم.
- قال ابن البيطار أنه مدر للبول والطمث، ومسهل للولادة، ومزيل للانتفاخ وعسر البول، ومن أوجاع الكلى.
- يحرك القدرة الجنسية بعد سن اليأس، ويعين على الحمل. «مجرب».

ملاحظة:

يضر المثانة، ويصلحه الرازيانج.

- قال محمد عبده في كتاب الأعشاب والتجميل أنه يستعمل في مصر لزيادة الوزن، وهو ناجح في ذلك.
- من أنجح العلاجات للقرحة المعدية.
- جرعته: يغلى (٣٠ ـ ٥٠غم) جذور لكل (٤) لتر ماء، ويضاف إلى ماء

الحمام للاستعمال الخارجي، وينقع بمعدل ملعقة طعام لكل كوب ماء لمدة (٢) ساعة، ويؤخذ (١) كوب من المنقوع على فترات في النهار.

أندروسميسم (tiqout):

- قال د. محمد شكري إبراهيم في كتاب «العقاقير والتوابل» أنه:

- علاج لآلام النقرس والمفاصل خارجياً، وإذا أخذ من الداخل زاد في إفراز الصفراء.

أنزوت (sarcocalla):

- جاء في كتاب «حديقة الأزهار»: لأبي القاسم محمد بن إبراهيم أنه:

- ينفع من الرمد.

- يدمل الجراحات ويلحمها.

- مسكن للأورام جميعاً.

- إذا أخذت فتيلة ولوثت بمسحوق نبات الأنزوت وأدخلت الأذن المتقيحة برئت في أيام قليلة.

أنس النفس (water peraley):

- اسمه الشائع «كرفس الماء» أو «جرجير الماء»، وهو:

- مدر للبول.

- مضاد لمرض الحفر.

- بذوره مهيجة للقوة الجنسية؛ لاحتوائها على الفسفور والكالسيوم بصورة خاصة.

أنسون ــ كمون ابيض ــ رازيانا (anise):

- مواده الطبية هي زيت الآنسون العطري ومادة الأنتيول المسكن القوي.

ـ يستعمل زيته لإزالة القمل من الرأس، ويمكن أن يستعمل استعمالاً خارجياً إذا غلي وشرب ساخناً أفاد في:

ـ تقوية المعدة، والجهاز الهضمي، وينشط القلب، والتنفس، والدماغ.

ـ يطرد الريح، وينفع في حالة الدوار والشقيقة، والنزلة الشعبية، والإسهال.

ـ يقوي مبايض النساء ويدر الطمث.

ـ يساعد على الطلق عند الولادة.

ـ مفرغ للصفراء.

ـ قال أبوقراط أنه أفضل دواء لطرد المخاط (البلغم) من الممرات التنفسية.

ـ وقال د. محمود جبريل في كتاب «النبات غذاء ودواء» أن الرجال يستفيدون منه لعلاج سرطان غدة البروتستات، وجرعته ملعقة من بذره في قدح ماء مغلي ثلاث مرات يومياً، أو ثلاث قطرات من زيته للمرة الواحدة، أو شربه على شكل شاي بإضافة ملعقة صغيرة من بذره بعد طحنها في كوب ماء يغلي، ثم يترك (١٠ ـ ٢٠) دقيقة ليتخمر، ويشرب ثلاث مرات يومياً.

المنقوع: تنقع ملعقة طعام في كوب ماء لمدة عشرة دقائق، ويشرب منه بين (١ ـ ١,٥) كوب يومياً على فترات.

المغلي: لعلاج المغص، وتقلصات الجهاز الهضمي يغلى ملعقة بذور في كوبين حليب مدة عشرة دقائق، ثم يصفى ويشرب دافئاً.

* * *

النباتات التي تبدأ أسماؤها بالحرف «ب»

باباظ (papaya):

ـ ثماره تحتوي على مادة سائلة لبنية، تسمى «بابين» وتعرف تجارياً باسم «الببسين النباتي»لاحتوائها على هاضم للبروتينات، يشبه أنزيم الببسين الموجود في المعدة.

ـ إن ثمرة الباباظ تحوي على (٠,٥٪) من مادة البابين، وأملاح، أهمها الكالسيوم والمغنيسيوم والحديد.

ـ كما تحتوي الثمرة على السكروز (سكر القصب)، إضافة إلى حامض الترتريك والستريك. وقد وجد أن جميع أجزاء هذا النبات تحتوي على كاربين إلا أن نسبته في الأوراق أعلى.

الباذنجان (she chuangzi, aubergine)

ـ يمنع الأمعاء من امتصاص مادة الكوليسترول الموجوة في الطعام.

ـ يورث الكلف، والبثور، والبواسير، والسرطان، والجذام، وأردأ مستحضراته المشوي.

ـ منشط لإفراز الصفراء.

ـ خافض للكوليسترول.

ملاحظة:

ينصح بعدم استخدام ثمرة الباذنجان غير الناضج لاحتوائها على مواد سامة قد تؤثر على الكبد.

باذروخ (piantogo psyllium):

- إذا أكثر أكله سبب ظلمة العين.
- ملين، يولد الريح، يدر البول.
- مقوٌّ للجنس.

باذر نبويه:

أجوده الطري وينفع من:

- الجرب.
- انسداد الدماغ.
- يقوي القلب والكبد.
- يسهل المرارة.
- له خاصية عجيبة في تقوية القلب وأفراحه، وينفع الأحشاء كلها، وجرعته (١٠) دراهم.

باقلاء (malabarynt, broad bean):

- تحتوي على أملاح الكالسيوم والفسفور والحديد والكبريت، والقليل من الهيموجلوبين والليستين.
- تستعمل زهور الفول في علاج الرمال البولية، يؤخذ حفنة من زهر الفول في كأسين ماء، وتوضع على نار خفيفة لمدة ساعة، ثم يشرب المنقوع صباحاً على الريق لزيادة إدرار البول، وحل بلورات الرمل المتراكمة في الكلية والمجاري البولية.
- أكل الباقلاء تولد الدم الطري، وتقوي الدماغ.
- أكل الباقلاء مع قشرها تدبغ المعدة، وتنفع من السعال.
- طحين الباقلاء إذا نثر على موضع النزف حبسه.

ـ إذا خلط دقيق الباقلاء بدقيق الحلبة مع العسل حلل الدمامل والأورام في أصول الأذن.

بامبو:

ـ الأوراق مدرة للطمث.

ـ مغذية.

ـ مقوية للشهوة الجنسية.

ـ لمعالجة الشلل، الجمرة، النزلة الشعبية.

باميا (okra):

عرف البشر الباميا منذ القدم، وتشترك في فائدتها مع الملوخية لوجود المادة الغروية في كليهما، وتطبخ بعدة طرق، وتعلب، وتجفف.

يقول د. محمود عويضة في كتاب «الموسوعة الغذائية» أن ما في الباميا من أملاح وفيتامينات وعناصر مختلفة هو نصف المقادير الموجودة في الملوخية تقريباً، ومن الوجهة الطبية لها نفس فوائد الملوخية إلا أنها أضعف.

ـ جاء في كتاب «النباتات والأعشاب العراقية» لمجلس البحث العلمي، في الطبعة الأولى لسنة (١٩٨٨م) عن الباميا أن الثمرة الغضة ملينة للجلد، ومحمرة للبشرة.

وتعطى كمغلي في النزلات الشعبية، ولمعالجة عسر البول، أما الأوراق فكمادات ملينة للجلد.

ـ البذور المحمصة معرقة، ومنشطة ومقوية للقلب، وضد المغص.

بتولا بيضاء (birch):

ـ تسمى «شجرة الحكمة»، والمادة الطبية في النبتة تكون في الأوراق والبراعم واللحاء.

ـ منشطة لإفراز الصفراء، ومنقية للدم ومنبهة.

ـ عصارة البتولا البيضاء تعتبر إكسير الحياة للنساء والرجال والشيوخ، إذ تعيد الهمم والنشاط والنضارة.

ـ تزيل الحصى من الكلية.

ـ فيها مادة صمغية تدعى (betulabin) المشهورة في شفاء أمراض المجاري البولية والتعقيبة، خاصة وفي هذا الصمغ بالذات مادة تسمى (batulin) وهو نوع من الكحول.

ـ اشتهر عصيرها الذي ينزل في فصل الربيع بأنه خير علاج لحصى الكلية، كما أنه يشفي عسر البول حتى عند الشيوخ، وكذلك يشفي مرض الأوديما فيقلل الزلال في البول، ويزيل الانتفاخ بدون أي أعراض جانبية.

ـ يوصي الأطباء المرضى المصابين بالمغص الكلوي والروماتيزم والبدانة بشرب مغلي أوراق البتولا البيضاء.

ـ الجرعات:

خلاصة اللحاء (٣ ـ ٦غم) في اليوم.

خلاصة الأوراق (٠,٥ ـ ١غم) في اليوم.

ـ تلف أوراقها حول القسم المصاب بالروماتيزم العضلي أو المفصلي لمدة يومين أو ثلاث لشفائه.

ـ تستعمل عصارته بجرعة ملعقة كبيرة (٤) مرات يومياً، أو يؤخذ مستحلب الأوراق بمقدار ملعقة صغيرة لكل فنجان ماء بدرجة الغليان، ويشرب منه فنجانان يومياً.

بذور قطونا (flea - Wort):

منه صيفي وشتائي، وأجوده الممتلىء الذي يترسب في الماء، وفائدته:

- قابض.

- مسكن لأوجاع الرأس ضماداً بالخل.

بربارة مصر:

- مثير للرغبة الجنسية.

- تضر الدماغ.

- تقوي الأحشاء والكبد.

- تشد المفاصل.

- تفيد البواسير طلاءً.

برباريس (barberry):

جرعته ملعقة صغيرة في فنجان ماء مغلي، ويشرب مرة واحدة نهاراً.

- يقوي الكبد، وذلك بنقع حفنة من جذوره في لتر ماء لمدة ساعة ويصفى ويشرب بمعدل كوبين يومياً لمدة شهر.

- يقمع الصفراء جيداً، ويعالج حصاة المرارة، (٣٠غم) أوراق في لتر ماء يغلي مدة (٣) دقائق، ويشرب كوب واحد يومياً.

- فاتح للشهية.

- يساعد المعدة على الهضم، ويقويها وينشطها.

- يعالج نزف الرحم.

- يزيل السوائل المضادة في المعدة.

ملاحظة:

لا يستعمل في العلاجات الخارجية.

بربين ــ رجلة (purslane):

- لعلاج الروماتيزم في مختلف أنحاء الجسم.

ـ يطحن (١٠٠غم) بذر رجلة، ويعجن في كيلو زيت زيتون أخضر، ويشرب منه ملعقة طعام بعد كل وجبة، مع مراعاة التدليك قبل النوم، وهو «مجرب».

ـ يستعمل لعلاج الإمساك، والبواسير، وضد النزف المعدي، ومضاد لداء الحفر (الأسقربوط).

ـ يدخل في أدوية معالجة مرضى السكر.

يقول د. علي محمود في كتاب «الموسوعة الغذائية»: «أنا جربت لإدمال القروح وإن تقادمت».

وهو يحلل الأورام الحارة وينفع من الحمى شرباً.

ـ يمنع من حرقة البول والبواسير.

ـ الإكثار منه يسقط الشهوتين، ويظلم البصر، ويصلحه الكرفس والنعناع.

ملاحظة:

يتجنبه أصحاب غلظ الدم؛ لأنها تزيد من كثافته.

برتقال (orange):

يحتوي على السكر والحديد والفسفور وفيتامين (ب، ت، ث) الذي يساعد على تثبيت الكالسيوم في العظام.

يقول د. محمود جبريل أنه يحتوي على نسبة عالية من الأحماض مثل حامض الستريك.

ـ في حالة الزكام والإنفلونزا فإن كوباً من عصير البرتقال مع (١/ ٢) كوب براندي، يشرب مع الماء الدافىء.

ـ لإزالة السمنة تغلى برتقالة واحدة مع (٣) ليمونات حامضة في (١/ ٢)

لتر ماء لمدة (١٠) دقائق، ثم يضاف إلى المغلي ملعقتا عسل، وتغلى مرة أخرى لمدة (٥) دقائق، ثم تصفى، ويؤخذ منها كوباً كل وقت.

ـ لتهدئة الأعصاب والتشنج يغلى (٢٥غم) زهر برتقال مع (٢٥غم) زيزفون، مع (٤٠٠غم) ماء، ثم يضاف إليها (٢٥غم) عسل، ويؤخذ من الخليط فنجان قهوة ثلاث مرات يومياً.

ـ يغلى مقدار من قشور البرتقال مدة (١/ ٢) ساعة، ويسكب ماؤه لأنه أصبح مراً، ثم يضاف ماءً آخر، ويغلى لمدة (٢٠) دقيقة مع إضافة قليل من السكر، ويؤخذ منه (٣) ملاعق طعام بعد العشاء أو صباحاً قبل الفطور.

ـ وقال أيضاً أن عصيره مفيد للأطفال منذ سن الأسبوع الثالث، ويعطى للأطفال مخففاً بمعدل ملعقة صغيرة يومياً، وتزداد حتى تصل إلى (٦) ملاعق في الشهر السادس، حيث تقسم إلى جرعتين صباحاً ومساءً؛ لأنه يساعد على ظهور الأسنان.

بردكوش (sweet marjoram):

ـ يستخدم تابلاً لتطييب الحساء والأطعمة المطبوخة.

ـ يستخدم لعلاج تقلصات المعدة وطرد الغازات المعوية.

ـ يستخدم في حالة السعال منفثاً وطارداً للبلغم.

ـ له تأثير قوي في حالة عسر الطمث وإزالة آلامه.

ـ يخفض ضغط الدم.

ـ مدر للصفراء.

ـ جرعته: ملعقتان من النبات المقطع في كوب ماء بدرجة الغليان لفترة مناسبة، ويؤخذ منه (١ ـ ٢) كوب حسب الحاجة.

ـ لصناعة مرهمه، يقطع النبات وينقع في زيت زيتون، ويترك في الشمس

لمدة (٢ ـ ٣) أسابيع، وبعدها يستعمل في حالات الروماتيزم والتواءات المفاصل والآلام العصبية.

بردى (popyrus):

يسمى بمصر «خوص»، وسماه ابن البيطار «بابورس»، وسماه سليمان بن حسان «غافر»، وقال عنه داود الإنطاكي أن:

ـ رماده يجلو الأسنان، ويقطع الدم حيث كان.

ـ أوراقه تسمى «قرطاس».

برسية (marsh cudweed):

ـ أزهارها المستحلبة تعالج رمل وحصاة الكيس الصفراوي.

ـ مدر لإفرازات الكبد والمعدة.

ـ تعالج التهابات حوض الكلية والمثانة وحرقة البول.

ـ تدر غدة البنكرياس.

ـ ويعمل مستحلباً بأخذ ملعقتين كبيرتين من الأزهار لكل كوبي ماء مغلي، ويترك (١٠) دقائق، ثم يصفى ويشرب ساخناً مرتين يومياً.

ملاحظة:

لا تستعمل هذه العشبة خارجياً.

برص:

نبات كالسحلية، ولكن يختلف لوناً وطعماً، وله خواص غريبة، فهو عاشق للذباب، ويأكله بعد أن يتربص به.

برقوق شائك، ويسمى باليمن «اجاص»:

ـ منقٍّ للدم، منشط، قابض.

- يحتوي على فيتامينات مفيدة، وأملاح المغنيسيوم والفسفور العاملة على تقوية الأعصاب.

- منشط للجهاز الهضمي.

- يعالج مرضى المرارة والكبد والبنكرياس.

برغل:

- يحتوي البرغل على فيتامينات (أ، ب، د، و) وهو سهل الهضم؛ لأنه يطبخ مرتين: الأولى عند السلق، والثانية عند الطبخ.

- لا يسبب السمنة.

بزاليا (pea):

- أقل فائدة من الفاصولياء، وهي تُعلَّب، وتفقد قسماً من فيتاميناتها. ويفضل أكلها وهي كاملة النضج.

- لها تأثير على تقليل الشهوة الجنسية للنساء وتسبب العقم.

- يتجنب أكلها مرضى السكر، وذوو الالتهابات في الأمعاء، وكذلك البدينون.

بزر نجوش:

- يسكن وجع الأعصاب.

- يطرد الأرق.

- يخفف آلام الطمث.

- يكافح حصى البول، وينشط الكليتين.

- يكافح الرشح، والنزلة الصدرية، والربو، والبرد.

بسباس أو بسابسة (myristica, fragrans):

- هي قشور ثمرة جوز الطيب ولحاء الشجرة الحاملة جوزبوّا.

- تنفع من الإسهال، ونزف الدم.
- تقوي المعدة.
- تنفع من الخفقان.
- تزيد في الباه.
- وجرعتها (٣) دراهم، أو درهم جوزبوّا يومياً.

البصل (onion):

بذر البصل يسمى «بعدرون».

- من النباتات القاتلة للجراثيم، ويفوق التفاح لاحتوائه على فيتامين (أ، ث) وأملاح الكالسيوم والفسفور والحديد.
- إن البصل الأحمر أحسن وأفيد من البصل الأبيض.
- يستعمل كعلاج في حالة تشمع الكبد، وتورم الساقين، وانتفاخ البطن.
- علاج لتقوية الجنس، يعصر (١٠٠غم) بصل، ويضاف إليه (٥٠٠غم) عسل، يمزج ويؤخذ منه بعد الطعام.
- لعلاج الطلوع في الأصابع، يطبخ البصل، ويوضع فوق المحل المصاب، ويلف حتى الصباح، حيث ينزع عنها.
- يزيل المغص من الكليتين.
- يخفف السكر في الدم.

قال الباحث الفرنسي كولب أن في البصل مادة كلوكوكينين مشابهة للأنسولين، وتحفظ السكر في الدم.

- يعالج التهاب المجاري التنفسية والحنجرة والربو، ويتناول ملعقة صغيرة من عصير البصل الممزوج بالعسل الأبيض كل ثلاث ساعات.
- يقوي الشعر، ويمنع تساقطه.

- يفيد في معالجة مرضى الكآبة، تسخن (٢٠٠غم) بصل في لتر ماء لمدة (١٠) دقائق، ثم يضاف إليها (٣) ملاعق عسل، ويؤخذ فنجان صباحاً وآخر مساءً.

- إن شرائح البصل المستديرة أو المفرومة تسخن تسخيناً جافاً دون أن يصفر لونها، وتستعمل كلبخة لتغطية المكان المصاب، وتثبتها بقطعة كتان فوقها قطعة صوف لحفظ الحرارة، مدة اللبخة (١٢) ساعة، وتستعمل في الحالات التالية:

- فوق مؤخرة الرأس لمعالجة التهاب السحايا والزكام.

- فوق الصدر والظهر لمعالجة التهابات الرئة.

- فوق الرقبة والحنجرة لمعالجة التهاب اللوزتين واختفاء الصوت.

- فوق الصدر لمعالجة السعال الديكي.

- فوق أصابع القدم لمعالجة المسامير من المساء إلى الصباح في أي موضع لإزالة المسامير.

- إن عصير البصل الطازج يسكن آلام الأطراف المبتورة.

- إن عصير البصل مخلوط بالزنجبيل والمحلب والقرفة والموز والعسل حتى يصبح مرهماً مفيد جداً لتقوية القوة الجنسية.

- إن برش البصل ومزجه بزيت الزيتون الخالص مفيد لمعالجة القروح المنتنة.

- إذا طبخ البصل مع العسل وأعطي للأطفال بجرع صغيرة في حالة السعال فإنه يشفيهم بسرعة.

- إن عصير البصل بشكل حقنة شرجية عولجت بها البواسير، وطرد

الديدان، وذلك بغلي (١/٢) بصلة متوسطة في لتر ماء لمدة (٣) دقائق، ثم تصفى وتعطى كحقنة شرجية، وهي فاترة الحرارة.

قالت د. نوال فرج في قسم كيمياء النبات بالهيئة القومية للرقابة والبحوث الدوائية بجمهورية مصر، أنها أوجدت مادة في عصير البصل أطلقت عليها اسم «أجيتيلين» وأن خلطها بالماء بنسبة (١/٣) كوب ماء إلى (٢/٣) كوب عصير بصل تؤدي إلى خفض نسبة السكر في الدم بنسبة (٢٥٪ ـ ٥١٪).

ـ لعلاج الضعف الجنسي والتهاب البروتستات وأمراض الكلى بتناول المريض بصلة أو بصلتين يومياً، وإذا أضيف إليها أملاح المغنيسيوم إلى خلاصة البصل كان مفعولها أقوى.

ـ لحالات تورم الساقين، وتصلب الشرايين، وتليف الكبد يستعمل عصير البصل (١/٢) ملعقة صغيرة من عصير البصل في كوب ماء محلى بالسكر مرتين يومياً.

ـ في حالات الربو الشديد يتناول المريض ملعقة عصير البصل بعسل النحل بمعدل ملعقة طعام كل ثلاث ساعات.

ملاحظة عن أضرار البصل:

قال د. صبحي شحادة في كتاب «أسرار التداوي بالنباتات والمكملات» ما يلي:

ـ تناول البصل بكثرة وفي المرة الواحدة قد يؤدي إلى هبوط في الضغط والسكر في الدم، مما يؤدي إلى الكسل والنوم والخبل واضطراب البصر.

ـ قد يؤذي أصحاب الغدة الصفراء أو المصابين بالتهابات جلدية.

ـ لا ينصح بإعطائه لذوي الأمزجة العصبية.

ـ إن البصل المطبوخ يفقد كثيراً من خواصه الغذائية.

ـ إذا قطع البصل وترك مدة قصيرة، فإن تناوله يصبح خطراً، وذلك بسبب أن المواد الموجودة فيه تتحد مع الأكسجين الموجود في الهواء وتشكل مادة سامة.

ـ البصل يقلل من أعراض العطش، وشرب السوائل، وجفاف الفم.

أفادت دراسة طبية حديثة بأن تناول البصل الأخضر يعد أفضل وقاية من خطر الإصابة بأمراض القلب، وخاصة السكتة القلبية، وذلك لأنه يحتوي على مادة البلوتين التي توجد في الشاي بمختلف أنواعه، والتفاح، ولكن بنسب أقل من تلك الموجودة في البصل الأخضر.

وأوضحت الدراسة أن تناول كمية من (١٠٠ ـ ٢٠٠غم) بصل أخضر ثلاث مرات في الأسبوع له فائدة كبيرة تشبه فعل السحر.

بصل العنصل (squill):

ـ ينفع من عسر البول.

ـ ينفع من آلام المفاصل، وعرق النسا.

ـ ينفع من أوجاع الأذن واللسان والصداع والشقيقة.

ـ لإعادة شهوة النكاح بعد سن اليأس، وجرعته (٢٠غم) منه مع (٨٠غم) دهن زنبق حتى يتهرى ويطلى به أسفل القدمين، ولا يمشي عليها طيلة الليل إلى الصباح لمدة أسبوع أعاد إليه شهوة الجماع بعد سن اليأس، وهو مجرب.

ـ إذا شوي البصل وخلط بستة أمثاله ملح طعام وشرب منه (٩غم) على الريق أسهل الأخلاط الغليظة.

بصل فرعون:

تعتبر مادتا سيلارين (أ) و(ب) المؤثرتان على علاج أمراض القلب

لتقويته، وتعمل على تحسين ضرباته، كما تساعد مادة (سيلارين ب) على رفع ضغط الدم، وتنظيم ضرباته، وأنه:

- مقشع.
- مقوٍّ للقلب.
- مسهل ومقيء ومدر.
- يستعمل لعلاج التهابات القصبات المزمن، والربو.
- جرعته (٦٠ ـ ٢٠٠ملغم) كنقيع في نصف قدح ماء لمدة (١٥) يوم ثلاث مرات يومياً.

البطاطا (potato):

تعتبر من أغنى الأغذية بالسعرات الحرارية لما تحتويه من النشاء والبروتين، وهي تحتوي معادن كثيرة كالحديد والكلس والبوتاس، وعلى فيتامينات (ث، ب، أ)، وفوائدها:

- تفيد المعدة، والأمعاء الدقيقة.
- عصير البطاطا يزيل الألم، ويفتح الشهية ويزيد الوزن.
- مدرة للصفراء.
- مقوية للكليتين.
- إن سلق البطاطا يجعلها أسهل هضماً من قليها.
- إن تناول البطاطا بكثرة دون إضافة أغذية مكملة لها تسبب اختلالاً في التوازن الهضمي؛ الذي يحتاج إلى أملاح الكالسيوم احتياجاً عظيماً، وذلك لأن البطاطا غنية بالفسفور وفقيرة بأملاح الكالسيوم، لذا فإن إضافة الحليب أو الجبن إلى وجبة البطاطا يجعلها حاوية على كميات مناسبة من أملاح الفسفور والكالسيوم.

- إن البطاطا الجيس أغنى بكثير من البطاطا المسلوقة في الفيتامينات والكاربوهيدرات والبروتين والأملاح المعدنية، وكل (١٠٠غم) جيس تعطي (٥٤٤) سعرة حرارية.

- تعتبر البطاطا علاجاً لمرض الحفر (الأسقربوط)، ومبشورها دواءً موصوفاً للحروق.

بطم (mastic tree):

- شجرته من نوع شجرة الفستق، وحبه هو حبة خضراء.

قال داود الأنطاكي أن أوراقه تسود الشعر طلاءً. وهو:

- يزيد في القوة الجنسية ويسمن، وهو مجرب.
- دهنه يحلل أوجاع العصب، وحبس البول.
- يصنع منه خبز مسمن.
- صمغه يسمى «صمغ الأنباط» أو «علك الأنباط».

بطونيقا (betony):

- مهدئ للجهاز العصبي المركزي، ومفيد للضعف العصبي، والشعور بالخوف، والإنهاك.
- يؤخذ النقيع أو الصيغة، أو يؤخذ مسحوق العشب في كبسولات.

البطيخ أو الشمام (sweet melon):

النوع الجيد هو الأصفر، وكلما زادت صفرته وخشن سطحه وزاد وزنه كان الأفضل. وهو:

- طارد للأرياح.
- مضاد للمغص المعوي، ومضاد للقيء.
- مدر للبول.